



- 19 лет
- Женский
- Кишинев
- 10 000 MDL
-

ТОП Навыки

- Работа в реабилитационном и профилактическом направлении · 2 года
- Выносливости · 2 года
- Силы · 2 года
- Коррекция осанки и развитие гибкости · 2 года
- Составление программ с учётом уровня подготовки и целей клиентов · 2 года
- Проведение индивидуальных и групповых тренировок по пилатесу · 2 года

Пожелания

- Частичная занятость
- На территории работодателя

Языки

- Румынский · Не знаю
- Русский · Родной
- Украинский · Родной
- Английский · Средний

Контактные данные предоставляются за дополнительную плату. Подробности здесь: <https://www.lucru.md/ro/preturi/cv>

Тренер

Обо мне

Я более 14 лет в спорте, являюсь чемпионкой Украины по художественной гимнастике и спортивной акробатике. Работала артисткой цирка, где приобрела опыт сценических выступлений и командной работы. В данный момент учусь в университете на 3 курсе по специальности «Тренер-реабилитолог», совмещая учебу с практикой. Обладаю высоким уровнем дисциплины, мотивации и стремлением развиваться в сфере спорта, оздоровления и реабилитации.

Опыт работы

Тренер по пилатесу · Gym Stile · Это было в Украине

Июнь 2023 - Настоящее время · 2 года 6 месяцев

Разработка тренировочных программ под разные уровни подготовки.

- Контроль техники выполнения упражнений и обеспечение безопасности клиентов.
- Консультирование по вопросам осанки, гибкости и профилактики травм.
- Поддержание мотивации и позитивной атмосферы в группе.
- Улучшение физических показателей и самочувствия клиентов (гибкость, сила, осанка).
- Разработка авторских комплексов упражнений для разных возрастных групп.
- Повышение посещаемости и лояльности клиентов благодаря индивидуальному подходу.
- Опыт работы с клиентами в реабилитационном направлении (восстановление после травм и нагрузок).

Навыки: • Работа в реабилитационном и профилактическом направлении, Выносливости, Силы, • Коррекция осанки и развитие гибкости, • Составление программ с учётом уровня подготовки и целей клиентов, Проведение индивидуальных и групповых тренировок по пилатесу

Желаемая отрасль

- Спорт / Красота

Навыки

- В спорте 14 лет и я точно много знаю о физиологии человеческого тела и знаю его возможности

Образование: Неполное высшее

Водительское удостоверение

Категория: В